

# إرشادات الأمان والسلامة الشخصية للتعامل مع الأمطار والسيول

للتوزيع والتعليق على الحوائط بالمنازل والشركات والنوادي والمقاهى والشوارع وأماكن التعليم ودور العبادة والفنادق والمواصلات

## اطبع . وزع . انقذ ناس

### تعليمات مرحلة إخلاء المكان والإنقاذ أثناء السيول

### تعليمات مرحلة الاستعداد السيول

أولاً: الفئات الأولى بالإخلاء الفوري من المكان المعرض للسيول:

- 1- المسنين والرضع والأطفال.
- 2- أصحاب الوزن الثقيل والأمراض المعيقة من الحركة السريعة بمفردهم أو باستعمال وسائل إنقاذ.
- 3- أصحاب الإعاقات الحركية والذهنية والبصرية.
- 4- أصحاب الأمراض المستمدة على الدعم الطبي المستمر للحياة: [تسليع الكلوي - علاج السرطان

ثانياً: ماذا تفعل قبل مغادرة المنزل أو المكان المتواجد فيه

- 1- سرعة التصرف والالتزام بقائمة المهام هنا - checklist - بضمان النجاة قبل وصول حصار السيول.
- 2- لو دخل السيل منطقة منزلك وانت خارج، ألزم مكانك الحالي، ولا تفرس بالذهاب للمنزل لاتخاذ من فيه، فقد تفرق قبل وصولك، ولكن عليك إرشادهم ليقوموا باتباع هذه الإرشادات التي يجب أن تكون معلقة بالمنزل وتعرفين عليها من قبل، ولا يحاولوا الإخلاء.
- 3- فصل الكهرباء عن الشقة بتبديل القيريزات. - اخلق مجس المياه والمخار.
- 4- سد البلاطات حتى لا تدخل عليك مياه الصرف الصحي نتيجة غرق موا سير المنطقة بالخارج.
- 5- اخلق الابواب والشبابيك وغطي فتحات التهوية والشفاط والتكييف بإحكام أو لاسق وأربطة.
- 6- لاتترك حيوانات البينة واسطحها معك وان لم تتمكن فانركها في سطح المنزل مع طعام وماء يكفي شهر.
- 7- لاتترك ائنام او حيوانات مزرعة في زريبةها وانقلها معك وان لم تتمكن فانركها في سطح المنزل مع طعام وماء يكفي شهر او اترك لها باب المزرعة مفتوح لتتمكن من العموم او ينقلها احد.
- 8- حدد مكان التزوح بسرعة حسب الخطة والترتيب السابق، واذهب فوراً اليه دون تأخير دقيقة واحدة او تردد.
- 9- لا تنسى حقيبة الإنقاذ التي تحتوي قارب مطاوي والطواق نجاة مطبقة حقيبة الحمل وحبل طويل وبقية المستلزمات.

ثالثاً: ماذا تفعل خلال رحلة إخلاء المنزل والتزوح

- 1- لا تقترب من أكشاك الكهرباء وأعمدة الإنارة وأعمدة كهرباء الريف وابراج الجهد العالي والأشجار.
- 2- لا تسير على قدميك وسط مياه السيول حتى لا تنسحق أو تنسحق في حفرة مفتوحة أو تحنك بمدن أو زجاج قاطع لا تراه، وحتى لا تنجرف معها حتى لو كان عمقها قليلا.
- 3- لا تسمح لماء السيول بالدخول الى فمك او عينك او معدتك او الوصول الى طعام تتناوله لأنه غالبا ملوث.
- 4- لا تقترب من الحفر والجبال والهضاب مثل طريق المنقطع حتى لا تتعرض لهبوطات الصخور بقمل السيول.
- 5- حاول تفادي الطرق والكباري فوق الانهار او المجاري المائية أو المعرضة لخطر السيول.
- 6- اترك السيارة فوراً انت ومن معك لو حا سرتها السيول والجا إلى مكان متين يحفظك من الانجراف لأن السيول تكون سرعتها وقوتها شديدة.
- 7- احتفظ بجهاز راديو قوي لتابعة إرشادات الاعلام.
- 8- لا تستخدم المضاعد، إبتعد عن مواجهة التوافد والزجاج.

رابعاً: ماذا تفعل بعد العودة إلى المنزل الغارق بالسيول

- 1- عدم الدخول لو شممت رائحة غاز.
- 2- عدم الدخول إلا بعد انتهاء السيول
- 3- عدم الدخول دون استعانة بكوبرياتي حتى لا تتعرض لصدمات كهربية.
- 4- استعن بشركة نظافة متخصصة
- 5- إذا لم يكن هناك بديل عن استعمال الملابس التي تعرضت لمياه السيول مرة أخرى فلابد من غليها.
- 6- أرضية المنزل والحوائط والأخشاب تكون قد تأثرت وقد تؤدي لإصابتك، حاول اختبار سلامة أي شيء وتحمله قبل التعامل معه.

قائمة المهام المطلوبة وأمامها مربع تكتب به علامة صواب ✓ بعد الانتهاء منها	التمام
1- قسم أسيالك الهامة المذكورة بالأسفل إلى حقيقتين:واحدة بها ما يلزم لخيارالقرار السريع والاخرى ما يلزم للبقاء فترة بالمنزل	<input type="checkbox"/>
2- تابع أخبار الطقس يوميا من الاخبار ومن الناس حوليك حتى لا تجد أن مدينتك دخلت حزام السيول فجأة وانت لم تستعد.	<input type="checkbox"/>
3- لا تنهون مع الأمطار الغزيرة لأنها قد تتحول في دقائق لسيول قاتلة.ولأن تخطي. في استعداد زائدخير من خطأ يتهاون مميت.	<input type="checkbox"/>
4- اتصل ولو بخمسة من جيرائك او اقاربك او زملائك لتحذركم لان ليس كل الناس تدرك ضرورة سرعة التصرف.	<input type="checkbox"/>
5- اجمع الاوراق والمستندات الهامة والشيكات والاموال بمكان محدد تمهيدا لوضعها في شنترة بلاستيكية مغلقة بإحكام ضد الماء.	<input type="checkbox"/>
6- اعمل شنترة اسعافات اولية وبها خزين ادوية منتظمة - كادوية السكر والقلب - تكفي شهر. لاحتمال غرق الصيدليات ووقوفك تحت حصار السيول والتلوج وعدم امكانية الذهاب لأي مكان للحصول على الدواء لمدة شهر.	<input type="checkbox"/>
7- توفير كمية من مياه الشرب والافلية الجافة او طوية الصلاحية كالحصل والارز والعدس والفول واليامية والتمر التاشف والجبن وعلب اعلية محفوظة مع فتاحة علب والادوية تكفي شهر. وكذلك البان وحفاضات الاطفال في شنتر جاهزة للتحرك.	<input type="checkbox"/>
8- املا خزان السيارة بالوقود واحتفظ بجراكن بنزين لاحتمال عدم وجود محطات بنزين شغالة.	<input type="checkbox"/>
9- رتب مع اقارب او معارف في اماكن آمنة مرتفعة قريبة للتزوح الفوري عند بداية نذر السيول مثل الابراج السكنية القريبة.	<input type="checkbox"/>
10- جهز خطة الانتقال اليهم بانتقا، طرق وشوارع داخلية نظيفة وبعيدة عن مصادر المياه والترع	<input type="checkbox"/>
11- تحديد الاجهزة الكهربائية والاشياء القابلة للتلثف بالمياه التي يجب رفعها عن الارض وسيتم رفعها على اي شيء.	<input type="checkbox"/>
12- ترتيب نقل الاطفال ومستلزماتهم.	<input type="checkbox"/>
13- تحديد طرق الانتقال ووسيلة الانتقال وقت مهاجمة السيول او التلوج، ووضع أكثر من بديل.	<input type="checkbox"/>
14- جهز بطاريات موبايل /استين /باور بنك مشحونة ومتاحة لاحتمال انقطاع الكهرباء عندضرب العوا صف لأعمدة وابراج الكهرباء	<input type="checkbox"/>
15- جهز بطاريات تكفي تشغيل عدد من كشافات الطوارئ. لمدة شهر ويفضل انواع طوية المفعول مثل انترجايزر او باناسونيك.	<input type="checkbox"/>
16- الاحتفاظ بحقيبة إنقاذ بها قارب عوم من قوارب المصيف التي يتم نفعها. وكذلك عددا من اطواق السباحة يكفي افراد الاسرة وحبل 30 متر وكمية من الاكياس البلاستيكية الكبيرة والصغيرة النظيفة مطبقة وعدة زجاجات بلاستيك متوسطة الحجم نظيفة فارغة مغلقة تستعمل لطفو الحبل عند الفائه للعريق وكذلك خووذات دراجات لو امكن لتفادي الاشياء المتطايرة.	<input type="checkbox"/>
17- جهز صفارة قوية لاستعمالها عند وجود من يبحثون عنك من فرق البحث او فقدان القدرة على النطق من الخوف.	<input type="checkbox"/>
18- تثقيف الإبناء والجيران بهذه الورقة وتدريبهم عليها في نوبات طواري، تدريبية بالمنزل.	<input type="checkbox"/>
19- تجهيز ملجأ بسطح المنزل -سقف من مواد غير قابلة للاشتعال بالصواقع -في حالة مدهامة السيول قبل التمكن من الاخلاء	<input type="checkbox"/>
20- وجود عدة احذية بوت طوية لاحتمال الاحتياج اليها.	<input type="checkbox"/>
21- الهارد ديسك او اللاب توب. - شمع وكبريت. - لعب صغيرة لتسلية الأطفال. - حبل وقوط لتنظيف الأيدي بدون ماء.	<input type="checkbox"/>
22- ورقة بها أهم عناوين وتلفونات الاقارب والاصدقاء، مستحاجها لو الموبايل عطل.	<input type="checkbox"/>